

A DIVINE LIFE SOCIETY PUBLICATION

# ÉTICA, O CAMINHO DA VIDA

---

TÍTULO ORIGINAL: ETHICS THE GATEWAY OF LIFE

**Swami Sivananda**

Primeira edição: 2001



**Tradução:** Anderson Takakura

**Notas de rodapé e entre [ ] não constam no original  
07/12/2007 | Maringá - PR**

**\* Os assuntos LEGAL ETHICS; MEDICAL ETHICS; BUSINESS ETHICS;  
INDUSTRIAL ETHICS; INTERNACIONAL ETHICS e DOMESTIC ETHICS  
não foram contemplados nesta tradução.**

Este livreto é impresso para livre distribuição assim como Jnana Yajna Prasad durante a 2ª Conferência Global Internacional da Divine Life Society em CUTTACK, Orissa, Índia. (30.12.2001 a 02.01.2007)

## SUMÁRIO

ÉTICA, A CIÊNCIA DA CONDUTA	03
FUNDAMENTOS DA ÉTICA	04
DHARMA	05
CONDUTA RETA	07
PUREZA DA MOTIVAÇÃO	07
ÉTICA: ORIENTAL E OCIDENTAL	08
CULTURA ÉTICA	08
AUTO-REALIZAÇÃO, O SUPREMO SIGNIFICADO DA ÉTICA	09
BASES DA ÉTICA	10
I - Caráter, Conduta, Comportamento	10
II	10
III	11
PRINCÍPIOS DA CONDUTA	11
NATUREZA DA CONDUTA	11
DISCIPLINA ÉTICA	12
VIDA MORAL E MODELO MORAL	13
ÉTICAS ESPECIAIS	14
[...]	14
PROGRESSO ESPIRITUAL	14
O OBJETIVO DA VIDA	18

## ÉTICA, A CIÊNCIA DA CONDUTA

Ética é a ciência da conduta. Ética é o estudo do que é certo ou bom na conduta. A ciência da ética mostra o caminho em que os seres humanos devem comportar-se entre si, bem como em relação às outras criaturas. Contêm princípios sistematizados de como o homem deve agir. **Sem ética você não pode ter nenhum progresso no caminho espiritual. A ética é a fundação do Yoga, a pedra angular do Vedanta e o poderoso pilar em que o edifício do Bhakti Yoga repousa.**

Ética é a *conduta reta* ou *Sadachara*. O signo do *Dharma* [Verdade/Leis de Deus] é *Achara* ou *conduta reta*. *Achara* [retidão – obedecer as Leis Divinas] é o significado de *bom*. Apenas da *Achara* [retidão] nasce o *Dharma*. O *Dharma* eleva a vida. Os homens obtêm prosperidade e fama, tanto aqui quanto em outra vida através da prática do *Dharma*. *Achara* [retidão] é o *Dharma* mais elevado. É a raiz de toda *Tapas* [disciplina (espiritual)]. É o que sustenta todo o universo. É o que nos leva à Eterna Felicidade e Imortalidade.

Ética é integridade. Integridade é o caminho da realização Divina. É a chave mestra da religião. Aquele que leva uma vida moral ou virtuosa obtém a liberdade, Perfeição ou *Moksha*.

Ética é uma ciência relativa. O que é bom para um pode não ser para outro. O que é bom em algum momento pode não ser em outro momento ou lugar. A ética é relativa a cada pessoa e ao seu meio circundante.

Toda religião tem seus próprios princípios éticos. A verdade primária de toda religião é o princípio da ética ou moralidade, ou a ciência da *conduta reta*. *Yama* e *Niyama* de Patanjali Maharshi na filosofia do *Raja Yoga* [Yoga Real] constitui a melhor ética para o praticante de Yoga. O *Manu Smriti*, *Yajnavalkya Smriti*, *Parasara Smriti* – todos explicam o código da *conduta reta*. O *Nobre Caminho Óctuplo* [Quarta Nobre Verdade – O Caminho que conduz à libertação] do Budismo é a essência dos ensinamentos éticos do Senhor Buddha. Os *Dez Mandamentos* do Judaísmo, e o *Sermão da Montanha* do Senhor Jesus contêm os ensinamentos éticos da elevação espiritual da humanidade.

A primeira coisa que você aprende em toda religião é a unidade de todos os Seres. Existe apenas um único Ser que é imanente em todas as criaturas. Todo relacionamento humano existe devido a esta unidade do Ser. A base da unidade do Ser é a Irmandade Universal e o Amor Universal. Yajnavalkya disse a Maitreyi, sua esposa: “Oh! Maitreyi! Nem mesmo do amor pelo marido é o marido bem-amado; para o amor do Ser é o marido bem-amado. E por isso a esposa, filhos, propriedade, amigos, mundos e mesmo os próprios Devas são todos bem-amados porque o único Ser reside em tudo.” Se você prejudica outro homem, prejudica a si mesmo. Se você ajuda outro homem, você ajuda a si mesmo. Existe uma única vida, uma única consciência em todas as criaturas. Este é o fundamento da ética de cada e toda religião.

A prática da ética irá lhe ajudar a conviver em harmonia com seus vizinhos, amigos, com os membros de sua família, com o próximo, e todas as outras pessoas. Irá lhe conferir uma duradoura felicidade e *Moksha* [libertação]. Seu coração será purificado. Sua consciência estará sempre limpa. Um homem de moral que segue rigorosamente os princípios éticos, não irá se desviar se quer um milímetro do caminho do *Dharma* ou da retidão. Ele recebe por mérito uma reputação imortal,

através da prática da ética. Ele se torna a encarnação [ou personificação] do *Dharma* [isto é, encarnar o Verbo]. Ele apenas deixa seu corpo físico; mas seu nome vive até o confim do mundo.

Nós temos morais humanas, morais familiares, morais sociais, morais nacionais, morais profissionais. Um médico tem suas próprias éticas profissionais. Ele não deve divulgar aos outros os segredos de seus pacientes. Ele deve ser atencioso e simpático com seus pacientes. Ele não deve aplicar injeções de qualquer tipo e cobrar um alto preço como se fosse um dos melhores remédios. Ainda que o responsável pelo paciente não lhe pague as contas da última visita, ele deve ir e atender voluntariamente os seus pacientes. Ele deve tratar os pacientes pobres gratuitamente. Um advogado também possui suas próprias éticas. Ele não deve preparar falsas testemunhas. Ele não deve aceitar os casos sem argumentos apenas pela causa ou remuneração. Ele deve defender gratuitamente as pessoas pobres. Existem éticas para o homem de negócios também. Ele não deve esperar muito lucro. Ele deve fazer muita caridade. Ele não deve dizer falsidades mesmo em seu trabalho.

Não faça nada que não irá trazer benefícios aos outros, ou algo que você venha a se arrepender envergonhado depois. Faça obras que sejam louváveis e que tragam benefícios aos outros. Esta é uma descrição sintética da *conduta reta*, o mais elevado *Dharma*. As prescrições morais vêm sido entregues para libertar as criaturas de todos os sofrimentos.

A ética dos filósofos do Ocidente é superficial. É uma mera ética de aparências. Mas a ética Oriental é sutil, sublime e profunda. Todas as religiões ensinam as regras éticas tal como: “Não matar; não ferir os outros; Amar o próximo; etc.” Mas eles não têm entregado as causas. Apenas a ética Hindu diz, “Existe um *Atman* [Íntimo, Ser, Espírito] que a tudo permeia. Que é a alma inerente de todos os seres. Está oculto nas criaturas. É a comum e pura consciência. Se você fere seu vizinho você de fato, fere a si mesmo.” Está é a verdade metafísica básica que permeia todos os códigos éticos Hindu.

Fixe-se no *Sadachara* ou *conduta reta* e obtenha a imortalidade. Pratique a ética e obtenha o ilimitado domínio da benção eterna! Cresça, evolua, construa seu caráter. Consulte as *Sastras* [escrituras] e os *Mahatmas* [grandes almas, irmãos mais velhos, santos] sempre que estiver em dúvida. Alcance a meta da vida e descanse na harmonia interior.

## FUNDAMENTOS DA ÉTICA

*Ahimsa* [não-violência], *Satyam* [honestidade], *Brahmacharya* [castidade] são os próprios fundamentos da ética do Yoga e da Vedanta. A prática destas três virtudes é um *Maha Vrata* ou *Grande Voto Universal*, para toda a humanidade. Estes são os *Samanya* ou *Sadachara Dharma* (dever comum) do homem. A prática destas virtudes cardinais purifica o coração e sereniza a mente, e prepara o *Antahkarana* [órgão espiritual que liga o homem à divindade, também definido como *mente*] para a recepção da luz transcendental. O *Dharma* está arraigado nestas virtudes. Toda a aversão e ódio cessam na presença de alguém que está estável em *Ahimsa*. *Brahman* ou o Eterno é a Verdade por si mesmo. E pode apenas ser percebido pela prática da Pureza.

A prática da tolerância (*Titiksha*), imperturbabilidade (*Dhairya*), controle dos sentidos (*Indriya-Nigraha*) e outros *Sadachara Karmas* (ações virtuosas) têm por objetivo fazer o homem auto-suficiente, independente<sup>1</sup> e livre da escravidão externa, física e social.

*Ahimsa* ou abster-se de causar sofrimento é um dever evidente de cada homem. Não se trata apenas do sentido negativo de mera cessação de causar danos ou sofrimentos (*Himsa abhava*). Trata-se de uma resolução positiva definitiva ou *Sankalpa* interno ou a atitude de não mais ferir nenhuma criatura vivente. Você deve praticar *Ahimsa* nos pensamentos, palavras e ações. Nenhum pensamento de vingança ou malevolência deve surgir na mente.

Ferir os outros gera o ódio e a inimizade. E destes surge a violência e a vingança. E o medo passa a reinar. Onde o medo e a violência reinam, há destruição da paz e a sociedade se torna um caos. Esta é a real condição da sociedade moderna atual; que se encontra em um estado caótico, que apenas está [esta violência] adormecida e suprimida. Existe apenas uma ordem externa, de aparência. Violência, desordem e ódio de um tipo são mantidos suprimidos através da força, da violência e da aversão de outro tipo. A sociedade está repleta de crimes, visíveis e dissimulados, apesar das forças policiais visíveis e secretas. Todo este medo constante, tensão, e o cabo-de-guerra entre os homens podem desaparecer, se a *Ahimsa* vier a ser praticada por todos nós.

*Brahmacharya* também não é somente uma abstenção externa do deleite sexual, mas também implica em uma resolução definitiva ou *Sankalpa* interno, ou a atitude de não mais entregar-se ao deleite sexual mesmo em pensamentos. Você deve cumprir *Brahmacharya* nos pensamentos, palavras e ações.

*Asteya* não é mero refreamento do furto. Não é uma mera cessação de se apropriar do que pertence aos outros, mas implica em um *Sankalpa* interno ou a decisão de não mais pensar em sonegar qualquer tipo de objeto que pertença a outros, e desaprovar e desprezar todos os atos de apropriação inadequada ou incorreta.

As motivações internas [intenções ocultas] de um homem formam as sementes e a raiz de todas as suas atividades da vida. Se são puras todas as conseqüências subseqüentes serão puras e boas. Do contrário somente a desgraça e a infelicidade irão surgir. Um homem de pureza se torna uma influência positiva de elevação, influenciando todos beneficentemente; enquanto que um homem de impureza corrompe tudo com o que faz contato. Conseqüentemente, existe uma obrigação moral do indivíduo para com a sociedade de manter a pureza do caráter e ser uma força para a prosperidade na sociedade. Do contrário ele irá os prejudicar.

Você deve ter a *Bhava-Suddhi* ou a purificação dos motivos [motivações]. Somente atos realizados com motivos puros irão conduzir à moralidade. Deve ser um *Sankalpa* interno ou resolução, ou atitude de se tornar livre de todas as impurezas sentimentais de orgulho, auto-estima, etc., no desempenho dos deveres. Somente então você terá a pureza dos motivos [que o movem].

## **DHARMA**

Etimologicamente *Dharma* significa *aquele que sustenta* este mundo ou as pessoas deste mundo, ou toda a criação, desde o microcosmo ao macrocosmo. Isto é, a *Eterna Lei Divina* do Senhor Supremo.

---

<sup>1</sup> Auto-suficiência e independência referem-se aqui simplesmente a não sermos escravos das opiniões alheias, da sociedade. Deixamos de praticar muitas virtudes simplesmente porque pareceríamos tolos perante a sociedade. Desculpamo-nos por não cumprir nosso dever, porque os outros não cumprem. Isto é equivocado.

Toda a criação se realiza em conjunto pela Lei de Deus onipotente. A prática do *Dharma*, então, consiste em reconhecer estas leis e respeitá-las.

Isto que o conduz à meta é *Dharma*. Isto que nos conduz no caminho da perfeição e imaculada glória é *Dharma*. Isto que o faz ascender até à Divindade é *Dharma*. Isto que o ajuda a ter uma comunhão direta com o Senhor é *Dharma*. Deus é o centro do *Dharma*. *Dharma* é o coração da Ética Hindu. Os princípios da unidade, retidão e santidade é *Dharma*. É a sua única companhia após a morte. É o que lhe ampara após a morte, se você o garantir agora. Se, você o transgredir neste momento, sua transgressão irá lhe perseguir mesmo após sua partida e lhe destruir. Deste modo, o *Dharma* é o único refúgio da humanidade.

*Dharma* significa a *Achara* ou a regularidade da vida. *Achara* é o *Dharma* supremo. É a base da austeridade e da *Tapas* [disciplina]. É o que leva à opulência, beleza, longevidade e continuidade da linhagem.

*Dharma* é o primeiro dado na ordem das escrituras ao longo dos quatro *Purusharthas*, o nobre objetivo das aspirações humanas. Através do *Dharma*, os outros três, *Artha* [desenvolvimento econômico], *Kama* [desfrute sensorial] e *Moksha* [libertação], vêm automaticamente até você, porque, através da prática do *Dharma* uma pessoa sozinha é capaz de atingir sua meta de vida e se coroar com a eterna benção e a suprema paz.

Os quatro Vedas, os textos-Smriti, o comportamento daqueles que penetraram no seu espírito e agem de acordo com suas prescrições, a conduta dos homens santos e a satisfação em seu próprio Ser – tudo isto constitui a base do *Dharma*. A única autoridade no assunto do *Dharma* são os Vedas<sup>2</sup>.

Isto que é o *Dharma* certamente é a Verdade. Veracidade, contentamento, auto-restrição, não-roubar, pureza, controle da raiva, discernimento entre o certo e o errado, entre o real e o irreal, sabedoria espiritual, controle dos sentidos – fazem parte do *Dharma* em geral ou do *Dharma* universal de acordo com Manu.

Como enumerado no *Mahabharata* a performance do *Sraddha* ou oferenda de oblações aos antepassados, austeridade religiosa, verdade, contenção da raiva, lealdade e o contentamento com sua própria esposa, pureza, aprendizagem, abstenção de inveja, conhecimento do Ser [autoconhecimento] e paciência são os fundamentos do *Dharma*.

Como detalhado no *Padma Purana*, as seis características do *Dharma* são: concessão de presentes às pessoas merecedoras, fixação da mente no Senhor, adoração aos pais, oferenda de uma porção do alimento diário para todas as criaturas e oferecer um pouco de comida às vacas.

Todas as outras religiões também enfatizam o *Dharma*. Budismo, Cristianismo, Jainismo, Sikhismo e Islamismo são todos notavelmente vigorosos em seus valores. Platão, Sócrates, Aristóteles são exemplo admiráveis na história do Oeste em ensinarem o *Dharma*.

O *Dharma* inclui todas as ações externas bem como pensamentos e outras práticas mentais que tendem a elevar a moralidade do homem. O *Dharma* provém do Divino e lhe leva ao Divino.

Siga o *Dharma* com zelo e entusiasmo! Cumpra bem com seus deveres e obtenha o supremo e goze da felicidade eterna!

---

<sup>2</sup> *Vedas* significa Verdade, embora se refira às escrituras Hindus podemos entender os Vedas como sendo toda doutrina verdadeira, como os ensinamentos do Senhor Krishna, do Senhor Buddha, do Senhor Jesus etc.

## CONDUTA RETA

Abstenção de ferir em pensamentos, palavras e atos, compaixão para com todas as criaturas, caridade, controle da raiva, livrar-se da malícia e do orgulho, restrição dos sentidos, e seguir os ensinamentos das *Sastras* [escrituras] e dos *Brahmanas* [escritos Brahmânicos] – constitui o comportamento louvável.

Os atos ou empenhos que não fazem bem aos outros, ou aquele ato que faz com que alguém se sinta envergonhado, nunca devem ser realizados.

Estes atos, por outro lado, devem ser praticados por aqueles que querem ser elogiados pela sociedade. Esta é uma breve descrição do que é a *conduta reta*<sup>3</sup>.

## PUREZA DA MOTIVAÇÃO

Pureza da motivação (*Anupadhi*) é um *Samanya Dharma* ou conduta universal para cada homem. É o motivo [intenção oculta] que conta na realização de uma ação. Se uma ação é feita por um motivo egoísta o homem se liga ao ciclo de nascimento e morte [*samsara*]. Se a ação é feita com um motivo puro de uma maneira desinteressada, isto irá purificar o coração e levar à obtenção da liberação final.

O certo e errado são determinados não pelas conseqüências objetivas, mas pela natureza das intenções subjetivas do agente.

Deus observa os motivos do agente. O Senhor Krishna diz, “Aquele que está livre da intenção egoísta, cuja inteligência é livre, ainda que mate homens, não mata, tampouco fica preso a suas ações.” XVIII-17. “Tendo abandonado o apego aos frutos da ação, sempre satisfeito e independente, ele não executa nenhuma ação frutiva, embora ocupando em diversos tipos de atividade” IV-20.

Antes de qualquer ação verifique suas intenções. Se houver egoísmo, desista dessa ação. Leva-se algum tempo para se purificar os motivos. Gradualmente os motivos serão mais e mais puros. O egoísmo está profundamente arraigado. Esforços extremos, paciência, perseverança e vigilância [atenção-plena/auto-observação] são necessárias para desenraizá-lo completamente.

O Senhor Rama lutou com Ravana. Ravana também se empenhou na batalha. Mas os motivos dos dois eram diferentes ainda que a ação fosse a mesma. Sri Rama lutou na ordem de estabelecer o *Dharma* e proteger as pessoas de sofrimentos e destruir o pecaminoso Ravana. Ele não tinha interesses egoístas. Mas Ravana tinha intenções maliciosas.

Um Karma Yogui trabalha na sociedade intensamente com mais zelo do que um homem mundano [materialista]. A ação é a mesma, mas os motivos são diferentes, em cada um deles. O Karma Yogui marcha em direção ao Objetivo [ver página 18: O Objetivo da Vida] ou ao *summum bonum*, mas o homem mundano se aprisiona através de seus motivos impuros [desejos] de interesse próprio.

**Cultive a pureza dos motivos de momento a momento. Persista. Observe a mente cuidadosamente. Trabalhe sem expectativas de frutos, e idéia de cargos. Entregue todas as suas ações e os frutos de**

---

<sup>3</sup> A conduta reta espiritual é diferente da conduta reta material. Ou servimos a Deus (o Cristo/Vishnu ou o Buddha) ou servimos a Mamom, o Bezerro de Ouro (dinheiro). Aqueles que querem o sucesso espiritual necessitam impiedosamente negar a riqueza material e a fama – certamente que isto não significa tornar-se miserável e ocultar-se no anonimato; necessário é encontrar *O Caminho do Meio*.

suas ações ao Senhor. Você se libertará por meio do Karma [ação] e obterá harmonia Suprema, prosperidade elevada, felicidade perene.

## ÉTICA: ORIENTAL E OCIDENTAL

A ética ocidental é superficial. É uma ética de aparências. Fala um pouco sobre a conduta e o comportamento: “bem e mal”, “certo e errado”. A ética oriental é profunda. Todo o *Sanatana Dharma* é construído em ética. O Yoga e o Vedanta são baseados na ética. **Nenhuma salvação é possível sem uma perfeição ética.**

A ética ocidental não trata suficientemente sobre o autocontrole absoluto e *Brahmacharya*, o cultivo de virtudes divinas e a erradicação dos vícios. Tampouco há *Tapas* [disciplina espiritual], nem asceticismo<sup>4</sup>, nem controle dos sentidos. A ética oriental dá suprema importância à *Dama* ou a **perfeita restrição dos sentidos**. A ética oriental dá grande ênfase ao **autocontrole**, uma **vida sacra virtuosa e retidão**. **Há um ascetismo intenso. Existe um perfeito controle dos sentidos externados.**

A ética ocidental não fala uma palavra se quer sobre *Atman* ou o Espírito. Fala um pouco sobre serviço social, altruísmo, humanitarismo, filantropia. A ética oriental diz: existe um Espírito Imortal em todas as criaturas. Existe uma consciência universal. Se você fere qualquer outra criatura, você fere a si mesmo. Se você serve a outro homem, você serve a si mesmo. Ao servir aos outros, você purifica seu coração, e a purificação do coração leva à descida da luz divina [para dentro de si] e à emancipação final ou *Mukti*.

A ética ocidental pode tornar alguém um filósofo intelectual, mas não um sábio ou um Yogui. A ética oriental torna uma pessoa um sábio ativo e/ou Yogui ativo. Isto é, transforma o homem em Divindade.

## CULTURA ÉTICA

A cultura ética resulta em perfeição ética. Um homem ético é mais poderoso/influente do que um homem intelectual. A cultura ética faz emergir vários tipos de *Siddhis* ou poderes ocultos. Se você estudar o Yoga Sutras [de Patanjali] você irá encontrar uma clara descrição dos poderes que se manifestam pelo cumprimento das práticas de *Ahimsa* [não-violência, passividade], *Satyam* [comprometimento com a verdade, honestidade, sinceridade], *Asteya* [contentamento, não roubar, não cobiçar], *Brahmacharya* [pureza sexual, castidade, cultivo reto da sexualidade] e *Aparigraha* [desapego]. Os nove *Siddhis* se desenrolam aos pés de um homem ético desenvolvido. Eles estão prontos para lhe servir.

O filósofo não precisa necessariamente ser um homem de moral ou um homem ético; mas um homem espiritual deve necessariamente ser moral. **A integridade moral é coexistente à espiritualidade.** Os três tipos de *Tapas* [disciplina espiritual], isto é, físico, verbal e mental, que são prescritos no décimo sétimo capítulo da Gita, a prática de *Yama* na filosofia da *Raja Yoga*, e o nobre

---

<sup>4</sup> 1. Moral filosófica ou religiosa, baseada no desprezo [...] das sensações corporais, e que tende a assegurar, pelas austeridades [abstinências] físicas [mentais e emocionais], o triunfo do espírito sobre os instintos e as paixões. (Dic. Michaelis) Isto é, abster-se dos prazeres e desejos sensoriais e desapegar-se dos objetos dos sentidos. Não significa, no entanto, que não devamos nos alimentar adequadamente, nos lavar adequadamente, cuidar de nossas enfermidades adequadamente, etc. Asceta é aquele que cuida de suas necessidades equilibradamente, apenas para sobreviver saudavelmente, sem gula, vaidade ou cobiça.

*Óctuplo Caminho* dos Budistas, isto é, reto pensar, reto esforço, reto agir, reto viver, etc. – são todos precisamente concebidos para desenvolver o lado moral do homem. *Sadachara* ou *conduta reta* tem por objetivo edificar a moral do homem, de modo que ele possa estar apto a receber o *Atma-Jnana* [Conhecimento Átmico (ou de Atman)] ou a realização do *Tattwa* [vibração/freqüência] Supremo.

Você deve sempre procurar elevar ao melhor seu nível moral dizendo sempre a verdade, custe o que custar. Você pode perder seu rendimento no começo. Mas ao longo do tempo você certamente sairá vitorioso. Você irá perceber a verdade dos Upanishads, “*Satyameva Jayate Na-aniritam*”: Somente a verdade triunfa, e não a falsidade. Mesmo um advogado que diz a verdade na corte judicial, que não levanta falso testemunho, pode perder o processo no começo, no entanto mais tarde ele será honrado pelo juiz, bem como pelos clientes. Centenas de clientes irão se unir somente a ele. Ele terá que fazer alguns sacrifícios no início. Os advogados normalmente se lamentam: “Que podemos fazer? Nossa profissão é assim. Temos que dizer mentiras. Do contrário perderemos nosso caso”. Estas são falsas desculpas. Existe um advogado, um *Sannyasi* [asceta] mental, que pratica no Uttar Pradesh [Estado, ao norte da Índia], que é amigo e benfeitor dos *Sannyasins*, que jamais levanta falso testemunho, que jamais defende casos de criminosos e ainda assim é o líder do tribunal e é reverenciado pelos juízes, clientes, e colegas. Oh, amigo meu, barristers e advogados, vocês estão aniquilando sua consciência com o propósito de terem uma vida confortável e agradar sua esposa. A vida aqui é perecível, como algo sem valor. Aspire tornar-se divino.

Os vários preceitos: *Ahimsa paramo dharmah* – não-ferir é a mais elevada de todas as virtudes; *Satyam vada, Dharmam chara* – Dizer a verdade e agir de forma honrada – Agir para com os outros da mesma maneira como você gostaria com que os outros agissem para com você – Faça o melhor que se possa fazer – Ame teu próximo como ama a ti mesmo – todos são prescritos para o desenvolvimento dos aspectos morais de um ser humano. A moralidade é a base para a realização da Unidade Átmica ou a unidade da vida, ou o sentimento Adváitico da uniformidade em todo lugar. A cultura ética lhe prepara para a realização Vedântica de “*Sarvam Khalvidam Brahma* – em realidade, tudo é *Brahma*; não existe a multiplicidade.”

Todos os aspirantes cometem erros ao pular direto para a busca do *Samadhi* [iluminação] ou *Dhyana* [meditação] de uma só vez, tão logo saiam de suas casas sem cuidar um pouco da perfeição da ética. A mente permanece na mesma condição, ainda que tenham praticado meditação por quinze anos. Eles possuem os mesmos ciúmes, aversões, idéias de superioridade, orgulho, egoísmo, etc., nenhuma meditação ou *Samadhi* vem por si mesmo quando não se tem perfeição ética.

## **AUTO-REALIZAÇÃO, O SUPREMO SIGNIFICADO DA ÉTICA**

Uma pessoa pode renunciar a tudo, sem perder seu vigor, percebendo que o mundo inteiro não é melhor do que uma palha seca, e sendo ávido em descobrir a verdadeira essência que existe por trás de todas as coisas. De todos os *Dharmas* ou éticas, o conhecimento de si [do Ser, autoconhecimento] é o mais precioso, porque através disso, obtêm-se a Imortalidade; almejando penetrar nas regiões do Eterno, renunciando o mundo inteiro sabiamente, sem piedade.

Ética é o reto viver. A ética leva à retração do ego e por meio disso acalma-se a mente. Através da quietude da mente, o discernimento se emana e por alguns instantes conhece-se o Ser. Mas todas as éticas têm por objetivo a realização do Ser. Este é o mais alto dever. Está é a ética mais elevada. Este é o mais elevado *Sadachara*. Está é a mais alta moralidade. Este é o ensinamento mais elevado. Esta é a mais alta penitência.

Não se pode chegar à perfeição por mera bondade ou práticas de virtudes. É preciso meditar intensamente neste ideal com a ajuda da pureza adquirida através das virtudes. Virtude e moralidade agem como auxiliares da meditação e absorção final do indivíduo no Supremo. No *Raja Yoga*, o *Yama* e o *Niyama* agem como éticas para a perfeição na *Samyama* [contenção, ou o conjunto formado por *pratyahara* (retração dos sentidos), *dhyana* (meditação) e *samadhi* (iluminação) – os três últimos estágios ensinados por Patanjali]. No *Jnana Yoga*, o *Sadhana-chatushtaya* age como éticas para a perfeição no *Sravana* [escutar], *Manana* [reflexionar] e *Nididhyasana* [meditar profundamente]. O *Veda Samhitas* age como éticas para a perfeição no conhecimento dos *Upanishads*. O *Grihastha-dharma* age como éticas para a perfeição no *Sannyasa*, o sábio partilhar da vida. A ética leva ao conhecimento do Ser, onde todos os deveres, praticado de diversas maneiras, encontram finalmente uma explicação satisfatória.

Todos os deveres – doméstico, social e coisas do gênero – são apenas relativos. O dever supremo e principal de todo o ser humano é a realização da Verdade [encarnar a Verdade, isto é, tornar-se a própria Verdade, o Verbo], Realização-divina. A execução de todos os deveres é na verdade para qualificar o homem para realizar este supremo dever.

## BASES DA ÉTICA

### I – Caráter, Conduta, Comportamento

O caráter é o fundamento do homem. A soma total de suas virtudes ou particularidades formam o seu caráter. O caráter se constitui das qualidades particulares impressas pela natureza ou hábitos de uma pessoa, que o distingue dos outros.

O homem realiza um ato; um *Samskara* ou impressão se forma na mente. A repetição de algum ato forma o hábito. Um grupo de hábitos constitui o caráter de um homem. Todo ato influencia o caráter do homem.

Você pode deliberadamente construir seu caráter pelo cultivo da virtude. Boas qualidades como a piedade, sinceridade, amor universal, pureza, autocontrole, coragem, tolerância, honestidade, generosidade, anelo pela Realização-divina [auto-realização], serenidade, discernimento – são os ingredientes de um bom caráter.

### II

Conduta é o comportamento pessoal ou a postura. O caráter se expressa por si mesmo como conduta. O homem tem muitos desejos. Ele é determinado em obter os objetos de seus desejos. A determinação se expressa por si mesma na forma de atos para a obtenção dos objetos dos desejos. Esta determinação que assim é expressa denomina-se conduta. A conduta é a ação voluntária.

A conduta revela o caráter de um homem. E também molda este caráter.

O guia da *conduta reta* é o *Dharma Sastras* ou as escrituras [sagradas], o exemplo dos santos, o Ser Interno ou Consciência e seu uso.

A conduta é a expressão aparente do caráter. Caráter e conduta são inseparáveis um do outro. O caráter é expresso na conduta. Eles agem sobre si. O caráter é o lado interno da conduta.

A conduta se constitui das atividades que ajustam o homem ao meio. A reta conduta contribui para a felicidade, trazendo ao homem a harmonia e a consonância com as pessoas e o meio em que se convive. A conduta não-reta gera a dor.

### III

O comportamento é a conduta de uma pessoa em determinadas situações; é a conduta do dia-a-dia do homem, em qualquer momento do trabalho, do passatempo, sozinho, em companhia, em casa, na escola, no escritório ou fora. Quando um homem é educado e atencioso, quando ele é gentil e amável, quando ele demonstra respeito aos mais velhos, professores e santos, quando ele respeita a etiqueta ou decência, ele é chamado de homem de reto comportamento, por assim dizer. O comportamento aparente nem sempre é uma maneira segura de se verificar o caráter de um homem. Na verdade, avaliar o caráter de um homem é difícil. Deus é o único que conhece o coração ou o caráter [intenções/motivos] de uma pessoa. Os homens cometem erros julgando o caráter das pessoas. Ao julgar o caráter de uma pessoa as intenções devem ser levadas em consideração. O homem é um sujeito muito complexo. Algumas vezes a aparência do comportamento de uma pessoa pode ser enganosa.

## PRINCÍPIOS DA CONDUTA

Tem sido dito como esta atividade proposital e voluntária gira em torno do desejo espontâneo da auto-expressão. Este desejo-sentimento é o princípio da conduta no entendimento fundamental do termo. Qual é a raiz do desejo? O sentimento de estar incompleto, de querer, da sensação de imperfeição ou insatisfação, que o indivíduo tende a cumprir em suas atividades. Este é um sentimento do *Jiva* [ser vivente] devido às grandes limitações que o submetem a esta limitada existência física e seu esquecimento de sua verdadeira natureza essencialmente perfeita. Assim este *Ajnana* [não-conhecimento, desconhecimento, ignorância] forma também a base da conduta. Quando este *Ajnana* é destruído através do Yoga, toda atividade cessa, como no caso do sábio Aptakama. Por esta razão *Ajnana* e o sentimento resultante da imperfeição e a carência, formam a base da conduta subjetiva de um indivíduo. Além disso, os fatores externos como os fenômenos naturais e o meio circundante exercem influência sobre a conduta. Mas, em um sentido primário, esta atividade está mais relacionada à natureza da reação do que com uma conduta voluntária. **Através do exercício da vontade o homem pode recusar-se a reagir mediante todos estes fatores [e agir de forma consciente e voluntária, não mecânica].** A conduta é “conduzida pelo desejo” e “impulsionada pela determinação”. Por essa razão o desejo e a resolução formam a base da conduta.

## NATUREZA DA CONDUTA

A vida humana e subumana é também um processo de busca e auto-expressão. É uma busca para se livrar da escravidão, da carência, da dor. É uma investigação em busca de harmonia, descanso e paz. Isto é, sede e busca pela felicidade. Através desta intensa investigação e busca é que o homem manifesta sua natureza interior. O Ser verdadeiro do homem é *Atman*, Espírito puro. *Atman* é auto-suficiente, completo; é *Paripoorna* [totalidade]. Conseqüentemente, o ser humano expressa esta qualidade essencial de seu Ser quando se esforça para estar acima de toda a miséria. Além disso, a Paz suprema é a natureza inerente do Ser. *‘Ayam Atma Shanto’* é o depoimento dos profetas intuitivos. O esforço empregado pelos homens na eliminação das preocupações e inquietações é uma tentativa de expressar os aspectos de seu Ser [Íntimo/Atman]. Do mesmo modo, sendo o Ser a

própria encarnação da Felicidade, a busca desta felicidade é também, somente, uma auto-expressão. “*Anandam Brahmety vyajaanat*”.

Sem essa auto-expressão a natureza de algo não poderia ser entendida. Deste modo a expressão dá a pista para a natureza interior das coisas. Por exemplo, descobrimos que a qualidade e a natureza de uma planta se expressa completamente na forma de flores e frutos [reconhece-se uma árvore pelos seus frutos]. Nos humanos esta ânsia inata, este *Ichcha* ou desejo de auto-expressão manifesta-se como *Kriya* ou atividade. Isto é o que constitui a natureza da conduta humana. Conduta é uma atividade voluntária, proposital. A conduta, conseqüentemente, faz parte da natureza da auto-expressão, uma auto-expressão se manifesta como uma busca ativa da carência por felicidade e liberdade. Isto implica em um desejo na conquista de determinado objetivo, o cumprimento de algum propósito. A natureza da conduta deve ser entendida como algo voluntário e proposital.

## DISCIPLINA ÉTICA

A verdadeira origem e o cerne de toda disciplina moral é a purificação mental através do refratamento de todas as ações negativas e a prática ativa das virtudes. Fazer o bem a todo o momento. *Ahimsa*, *Satyam* e *Brahmacharya* simbolizam estes processos de se evitar o erro, voltando-se às virtudes e auto-purificação.

Todo sofrimento nasce do egoísmo humano. O ego se manifesta em forma de ambição, desejo e luxúria. Sob sua influência o homem favorece o ódio, amor [paixão??], adulação, orgulho, falta de escrúpulos, hipocrisia e delusão<sup>5</sup>. Você deve prosseguir pelo caminho da virtude. Manter-se determinado a nunca desviar-se se quer um passo do *Dharma*. A mente precisa ser cuidadosamente treinada e a vontade deve ser desenvolvida e fortalecida. Por isso os antepassados têm dado tanta importância ao *Yama*, *Niyama*, *Shad Sampat* [o caminho das seis virtudes]<sup>6</sup>. A mente e a vontade

---

<sup>5</sup> *Moha*, ou *Avijja*, significa **ignorância**, é a principal causa de todo o mal e sofrimento no mundo, obscurecendo a vista dos seres e impossibilitando que eles vejam a verdadeira natureza dos fenômenos. É a delusão que engana os seres fazendo com que a vida pareça ser permanente, feliz, com substância e bela, evitando que eles vejam que na realidade ela é impermanente, insatisfatória e desprovida de um eu.

<sup>6</sup> *Shad Sampat* – as seis virtudes são:

- **Sama** – Tranqüilidade ou controle da mente. Esta é a capacidade de se manter a mente interiorizada e inabalável pelo mundo externo.
- **Dama** – Controle dos sentidos. Consiste em não deixar os sentidos correrem em direção aos objetos sensoriais. A pergunta: "Porque precisamos controlar os sentidos, enquanto que podemos trabalhar diretamente sobre **sama** e controlar a própria mente – a mente é superior e mais poderosa do que os sentidos?", Os vedantas respondem: Se alguém fosse capaz de controlar a Mente perfeitamente, **dama** seria desnecessário, por outro lado, é uma forma de estratégia mais poderosa para se trabalhar com o aparelho da mente por todos os lados.
- **Uparati** – A renúncia de atividades que não são deveres. Após as duas últimas práticas, a mente se torna tão pacífica e calma e os desejos são totalmente erradicados de maneira que não há mais razão para executar as atividades em que a maioria das pessoas executa. Swami Sivananda lindamente expressa esta prática em seu famoso lema: "Vida simples, pensamento elevado".
- **Titiksha** – Persistência, a paciência dialética. A mente tem de se tornar forte o suficiente para não vacilar diante dos opostos: o sucesso e o fracasso, quente e frio, prazer e dor, sol e chuva etc.
- **Shraddha** – Fé. Ela é definida por Sri Sankaracharya como sendo a fé em um guru, deus, o Ser (*Atman*) e nas escrituras (*Sastras*).
- **Samadhana** – Concentração perfeita, uma mente focada em um único ponto. Precisa-se de um grande grau de maestria para atingir esse nível. Poucos o alcançam.

devem ser exercitadas e disciplinadas através da prática deliberada de autonegação<sup>7</sup> e auto-sacrifício todos os dias da vida. Cultura ética, portanto, exige vigilância moral e reto esforço. O desenvolvimento da consciência sensitiva e a admiração positiva aos deuses e à nobreza desempenham um papel importante no desenvolvimento ético.

Para se erradicar o egoísmo decorrente do *Deha Abhimana* [apego ao corpo], pense constantemente na impureza e na decomposição do corpo e nos sofrimentos oriundos dos sentidos. Recuse-os como miséria e mentalmente eleve-se sobre eles. Fazendo morada no que é agradável, elevado e Divino.

Ações impróprias, ações impensadas, sem discernimento, dão origem ao toda miséria. Para libertar-se da miséria, o nobre caminho da virtude, da verdade e do *Sadachara* é o caminho régio. Rígida observância da verdade e da pureza em seus pensamentos, falas, ações, reais intenções e comportamento. Ser amável, tolerante, e generoso em suas opiniões sobre os homens e as coisas, e em seu relacionamento com os outros.

Em todas as esferas, um indivíduo deve esforçar-se em aderir estas qualidades e manifestá-las. Assim sendo, este ideal é para ser praticado com a família e as crianças, com os idosos e os jovens, professores e estudantes, Guru e discípulos, amigos e colegas, líderes e seguidores, governador e subordinados, país e seu povo.

Para manter-se em *Sadachara* é difícil, não há dúvidas. Gozação, equívocos e perseguições terão que ser enfrentados. Por isso, o cultivo da paciência, mansidão de espírito, tranqüilidade permanente e espírito de perdão são de grande importância. Sustente a virtude custe o que custar; em nome da virtude suportar qualquer calúnia. Tratar o mal com o bem.

## VIDA MORAL E MODELO MORAL

A ética Hindu não é somente teórica, mas também disciplinar e prática. Culmina na filosofia do Absoluto que é a consumação da vida espiritual. Não inclui somente uma mera análise do propósito e de sua origem, mas também um *Sadhana* [prática espiritual] moral prático, de modo a corporificar em vários esquemas práticos de *Chitta-Suddhi* ou purificação da mente, através de auxílio interno e externo. A ética dos Hindus sempre tem em vista, como a prática final, a condução da alma para além da vida empírica, para isto que é não-empírico e transcendental, que conduz à liberdade absoluta e à perfeita autonomia do Ser (Absoluto, *Atma*, *Swarajya* ou *Kaivalya*). E é neste ponto que se dá o maior contraste em relação à Ética Ocidental.

Ética é o estudo do que é bom e ruim na conduta. Moralidade implica em responsabilidade consciente por parte do agente da ação. Para a ética as intenções são mais importantes do que os eventos externos. Os acontecimentos externos são apenas indicativos.<sup>8</sup>

Porque alguém deveria seguir uma vida moral? Por que alguém pode fazer isto e aquilo não? Porque do contrário, sem uma conduta moral, este alguém não será mais que um animal

---

<sup>7</sup> Negar a si mesmo refere-se a negar os desejos dos seis sentidos (incluindo a mente) e desapegar-se dos objetos dos desejos ou dos sentidos, etc. Negar nossos vícios, nossas taras, hábitos negativos, ações mecânicas etc., é radical, ou é ou não é – mas sempre equilibradamente.

<sup>8</sup> Devemos lembrar, no entanto, que a estrada para o inferno está pavimentada de boas intenções. As boas intenções de nada servem se o resultado são ações impróprias. Isto é, a boa intenção não é suficiente para que a ação seja boa, embora uma boa ação assim o seja somente se a intenção for igualmente boa – intenção e ação devem se corresponder.

[intelectual]. O objetivo da moralidade é elevar o homem ao estado Divino pela transformação de sua natureza brutal.

As regras de conduta são prescritas pelos grandes *Rishis* e sábios de outrora, assim como Manu, Yajnavalkya e Parasara, para as almas infantis [crianças] que não podem pensar por si mesmas. Estas regras de conduta estão baseadas no *Smritis*. Você terá que conduzir sua vida de acordo com estas regras. Este é o caminho que irá pavimentar o caminho para a obtenção da prosperidade suprema ou *Sreyas*.

Uma ação reta está de acordo com alguma regra ou lei. A conduta reta é benéfica porque conduz ao desenvolvimento da virtude. O 'mal' deve ser evitado por levar ao vício, ou miséria e desgraça. Você terá de determinar sua conduta de acordo com o padrão de Certo e Bom. Certo e errado refere-se ao padrão moral enquanto lei. Bom e ruim refere-se à finalidade [intenções, objetivos].

Por que a sinceridade é correta? Porque está em conformidade com a lei, "*Satyam Vada* – Dizer a Verdade" – Por que roubar é errado? Porque está contra a lei, "não roubar." Deste modo o padrão moral é de natureza lícita.

Por que é benéfico agir com compaixão para com as pessoas que sofrem? Porque isto preenche o coração de compaixão, tornando o homem simpático; comove o coração, removendo o ódio e purifica e enobrece seu caráter. Isto o ajuda a desenvolver as *Daivi Sampat* ou virtudes divinas e obter a paz perpétua e a felicidade. Por que é inadequado assassinar um homem? Porque este ato lhe traz ao nível de animal, degenera seu caráter e o faz miserável. Por este motivo o julgamento moral observa o objetivo [intenção] de determinada ação.

A vida moral, de acordo com o Hinduísmo, não se trata apenas do serviço prestado de um homem, mas também de Deus enquanto revelação de Si mesmo na humanidade sofredora. A vida moral leva à vida eterna e à imortalidade.

Não existe um padrão moral perfeito ou absoluto em ética, tanto moralidade quanto imoralidade são termos apenas relativos.

## **ÉTICAS ESPECIAIS**

Além da ética psicológica e a ética *Varnashram* existe também a ética profissional.

[...]

## **PROGRESSO ESPIRITUAL**

O funcionamento de *Maya* [ilusão – o mundo em que vivemos] é tão extremamente sutil, tão difícil de se superar, e a natureza do homem é fundamentalmente tão *Asuric* (demoníaca) e irremediável que o verdadeiro desenvolvimento espiritual e o progresso no *Sadhana* são, de fato, algo muito difícil de se obter. Para se obter sucesso de qualquer tipo na vida espiritual é tão difícil, e a tarefa é tão árdua, que somente a Graça Divina pode verdadeiramente elevar o aspirante das trevas para a Luz [por isso a importância da oração – *bhakti yoga* – em conjunto com a ação reta – *karma yoga*]. O egoísmo humano é tão veemente, auto-agressivo e rebelde que o homem se recusa a mudar seu estado de vício para um estado de virtude, benevolência e santidade. É uma grande asneira pensar

que apenas a mera prática da renúncia seja uma realização suficiente para a vida espiritual.<sup>9</sup> Se a renúncia, ao mesmo tempo, lhe faz sentir que tenha se tornado completamente superior ao resto da humanidade e que por isso tem o direito de pregar e dar ordem aos outros, então o real propósito da renúncia foi arruinado. Destruí-se completamente o real propósito da vida espiritual com esta presunção. **A erradicação do egoísmo, em todas as suas inúmeras formas agressivas, compreende a essência da espiritualidade e de todos os *Sadhanas* espirituais.**

**Logo, desde o início de sua vida espiritual, é preciso compreender claramente que a verdadeira humildade, o sincero desejo de eliminar gradualmente o orgulho, o egoísmo e a inveja, a introspecção séria e incessante para descobrir [e eliminar] os seus próprios defeitos e melhorar a si próprio, constituem a sua esperança de progresso. Sem esta base, todo tipo de *Sadhana* se torna delusão e perda de tempo.** A não observância disto faz do aspirante um sujeito mais orgulhoso e egoísta. Quanto isto acontece, todos os bons conselhos e instruções caem no vazio para ele. Altas influências deixam de ter efeito a partir do momento em que o aspirante torna-se deliberadamente e obstinadamente não-receptivo a eles.

**A eterna vigilância [auto-observação/atenção-plena]<sup>10</sup> deve ser praticada por todo aspirante que não queira cair neste perigoso estado. O caminho espiritual não é algo suave. O crescimento no Yoga não é um tipo de brincadeira. Os *Sadhakas* [praticantes] devem tomar este caminho sinceramente. Sempre se sinta como se você fosse apenas um iniciante e esforce-se diligentemente para adquirir as virtudes primárias de gentileza, generosidade, paciência, indulgência com coragem, virilidade e autoconfiança combinadas com humildade, doçura nas palavras e no comportamento, e autonegação [renúncia]. Esteja preparado para servir aos outros e relevar provocações e abusos sem revidar. Remova qualquer aspereza e grosseria de sua natureza. Cortesia e polidez devem fazer parte de sua profunda natureza. Somente então você poderá se tornar puro. Somente então sua natureza se tornará *Sattwica* [modo da bondade]. Somente então o coração petrificado se amolecerá e bons sentimentos e emoções espirituais irão surgir nele.**

Concentração, meditação e *Samadhi* estão muito distantes daqueles que não purificaram a si mesmos e que tomaram o caminho do infortúnio. Perversidade e maldade tornaram-se um hábito tão comum que os homens não mais percebem que os cometem, mesmo que o pratiquem dia e noite constantemente. O mais grave de tudo é o aspirante considerar que já teve um progresso considerável na espiritualidade, ainda que em seu estado, ainda não regenerado, esteja deludido por *Maya*. **Ele ilude a si mesmo pensando que já está maravilhosamente avançado no *Sadhana* simplesmente pelo seu interesse.** Ele pensa ter conquistado uma atitude *Nirlipta* (desapegada) de

---

<sup>9</sup> Na Índia existem muitos *Sannyasi* (ascetas) que levam uma vida solitária; renunciam o mundo. Mas este feito por si mesmo não é suficiente para nos elevar na via espiritual, embora não haja outro meio de se libertar do mundo que o renunciando. Mas a mera renúncia sem um trabalho sobre si – de morte psicológica de defeitos e desenvolvimento de virtudes – leva-nos somente a um estúpido sofrimento estéril. E da maneira como o Mestre Sivananda nos escreve, ao que parece, muitos destes ascetas, não trabalham sobre si, julgando-se ainda santos, estando ainda cheio de orgulho pela sua renúncia. Isto nos lembra a passagem em que o filósofo grego Aristipo, querendo demonstrar sua sabedoria e modéstia, vestiu-se com uma velha túnica cheia de remendos e furos. Empunhou o báculo da filosofia e foi-se pelas ruas de Atenas. Quando Sócrates o viu chegar a sua casa, exclamou: “Ó, Aristipo! Vê-se a tua vaidade através dos furos de tua roupa!”. Devemos ter muito claro que não é fazendo coisas santas (de aparência) que nos tornamos santos, mas sim, é tornando-se santo é que fazemos coisas santas, ou seja, o que conta são nossas intenções ocultas, como Sivananda nos explica neste mesmo livreto.

<sup>10</sup> O V.M. Samael Aun Weor (Décimo Avatar de Vishnu), nos ensina que se queremos a auto-realização íntima do Ser, necessitamos nos tornar vigilantes como vigias em época de guerra, porque a qualquer momento nossos inimigos (egos) podem nos atacar (tentação), nos derrubando com os desejos e apegos.

maneira que possa cometer qualquer tipo de atos sem ser afetado por ele<sup>11</sup>. Este auto-engano cria uma barreira para qualquer progresso. Com esta grave delusão ele leva a si mesmo a tornar-se descontrolado [sem controle de si] e passa a agir de maneira agressiva, intolerante às críticas, ficando ressentido à menor oposição, totalmente indiferente aos sentimentos dos outros e absolutamente inflexível a conselhos e correções. Todo senso de discernimento, julgamento são e introspecção se esvaem dele. Mesmo a cortesia comum e o refinamento de um homem mundano, comum e corrente, deixam de existir devido à sua presunção de avanço espiritual e crescimento em sabedoria. Ele se dispõe a atacar mesmo as pessoas veneráveis e de idade avançada e almas espiritualmente superiores.

Oh Aspirantes! Estejam atentos a estes perigos em sua vida espiritual. Sejam vigilantes sempre. Sempre olhem a si mesmos como sendo iniciantes, apenas começando o *Sadhana*. **Nunca subestimem a importância do Yama, Niyama, cultura ética e Sadhana-Chatustaya<sup>12</sup>!** Eles são tudo. *Japa, Kirtan, Swadhyaya, Upasana* devem ser todos praticados paralelamente a este treinamento ético e a construção do caráter.

Sem o último, a *Sadhana* [prática espiritual, esotérica] torna-se inútil assim como tentar encher um vaso em que o fundo está cheio de buracos. Sem o zelo e a seriedade necessários para obedecer ao Guru<sup>13</sup> e melhorar a si mesmo, sem o serviço [devocional, útil], a humildade, a sinceridade, a simplicidade e a ânsia de aprender e melhorar a si mesmo, a *Sadhana* é tão inútil quanto remar um bote que está firmemente ancorado no leito do rio ou semear na rocha.

**Espiritualidade significa crescer de acordo com o Ideal Divino [ou as Leis Divinas, prescritas por todas as religiões – O Óctuplo Caminho de Buddha; Os Dez Mandamentos, etc.]. É a transformação da natureza humana em Divina. Você pode esperar alcançar a perfeição somente quando esta transformação se realizar. Somente a purificação e a transformação do coração é que tornam a Dharana [concentração] e a Dhyana [meditação] possível. Para crescer em Sattwa [modo da bondade], você precisa destruir completamente o lado Asuric [demoníaco] de sua natureza.** Nunca imagine em momento algum que você está perto de alcançar o Objetivo [auto-realização], a menos que e somente se você se esforçar com seriedade e diligência em dominar a si mesmo contra as tendências negativas, e estabelecer-se em um caráter ético puro e *Sattwico*.

Lembre-se deste ponto com clareza. Sempre reflita sobre isso. Medite sobre isso. Saiba o que é a verdadeira espiritualidade. Compreenda completamente a importância de transformar a ética e a moralidade humana, e somente então você poderá pensar em se tornar um *Sadhaka*. Evite cuidadosamente os perigos do auto-engano pela vigilância [auto-observação/atenção-plena]

---

<sup>11</sup> Na *Baghavat-Gita* o Senhor Krishna nos ensina que se um homem age em consciência divina, desapegado aos frutos da ação, mesmo que mate um homem, não mata. Isto é, um homem que age para deus (como no exemplo da luta entre Rama e Ravana) não está preso aos resultados de sua ação, ou em outras palavras, não está sujeito à Lei do Karma. Mas, como explicamos anteriormente, devemos aliar boas intenções com boas ações e verificar se o motivo é realmente puro e desapegado.

<sup>12</sup> *Sadhana-Chatustaya*: o caminho das quatro *Sadhanas*: **1.** Discernimento entre o real e o irreal, renunciando o irreal; **2.** Renúncia ao gozo e ao fruto das ações; **3.** Observância dos seis atributos (*shad sampat* – explicado anteriormente); **4.** *Mumukshatwa* – aspiração intensa de se libertar do ciclo de vida e morte (*samsara*)

<sup>13</sup> Os mestres indianos afirmam que necessitamos da guia de um Guru, no mundo físico. No entanto, aqui no ocidente, o mais seguro é seguirmos o nosso Pai que está no Céu, isto é, o nosso real Ser Interno, o Íntimo, Atman, uma vez que não somente não temos méritos espirituais de encontrar um mestre (e mesmo que o encontrássemos não o reconheceríamos), como também o mundo anda cheio de falsos mestres. A alternativa que nos resta é seguir o próprio coração, que é a morada do Pai. Mas para isso necessitamos purificá-lo já que em nosso coração tanto mora deus quanto satã (atualmente). Além disso, o Senhor Buddha nos ensina que nós somos nosso próprio mestre (e também nosso próprio inimigo). De qualquer forma os ensinamentos já estão entregues através das escrituras sagradas, como de Buddha, Jesus, Krishna etc.

constante e a introspecção. Faça o *Sadhana* regularmente, ore pela [e para a] Graça Divina. Não imagine que você tenha escalado às alturas da espiritualidade. Espere pelos resultados pacientemente. Quando sua natureza tiver sido mudada, purificada, e preparada, a Graça [Divina] irá descer do céu ao seu coração naturalmente. Felicidade e *Ananda* [bem-aventurança] irão fluir espontaneamente e lhe preencher quando você tiver purificado a si mesmo de toda aspereza, egoísmo, orgulho e paixão. A perfeição e a imortalidade lhe pertencerão. Onde há gentileza, humildade e pureza, por si mesma a espiritualidade nasce, a santidade brilha, a divindade descende [do alto até o homem] e a perfeição se manifesta.

## O OBJETIVO DA VIDA

Oh Homem!!! O Objetivo da vida é a auto-realização [realização divina]. A auto-realização outorga a Alegria Suprema, a Paz e o Destemor. O mais precioso é o nascimento humano. Utilize este nascimento para alcançar Deus. A vida é curta. O tempo é fugaz. Não perca tempo. Engaje-se em ações nobres. Apronte-se e avance no caminho da Divine Life [Vida Divina].

Sirva, Ame, Doe, Purifique-se, Medite, Realize-se. Seja bom; faça o bem. Seja gentil; seja compassivo. Pratique a não-ofensa, a verdade e a pureza. Esta é a fundação do Yoga e do Vedanta. Adapte-se, ajuste-se, ajeite-se. Tolere insultos; tolere injúrias. Sirva a todos. Ame a todos. Ampare a todos na Unidade do Espírito. Isto é a Divine Life [Vida Divina].

Pergunte-se 'quem sou eu?'. Conheça a ti mesmo e seja livre. Tu não és este corpo, nem esta mente. Tu és um Ser Imortal. Tu és não-nascido, eterno, imutável, indestrutível, sempre-puro, todo-perfeito, Espírito ou Atman. Realize isto [encarne a Verdade/Atman] e seja livre. Esta é o seu principal dever. Faça isso através do altruísmo e do serviço, devoção e veneração, purificação, concentração e meditação. Obtenha a auto-realização. Faça-o agora. Permaneça na Felicidade, Paz e Perfeição eternamente.